



A propos du glutamate de monosodium (MSG) en Asie du Sud-Est

Jean Baffie

► To cite this version:

Jean Baffie. A propos du glutamate de monosodium (MSG) en Asie du Sud-Est . La lettre de l'AFRASE, 2014, Cuisine d'Asie du Sud-Est, 84/85, pp.17-19. hal-01315166

HAL Id: hal-01315166

<https://hal.science/hal-01315166>

Submitted on 17 May 2016

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Asiatiques appliquent vaguement cette notion de « froid et chaud », sans connaître nécessairement la théorie.

D'après nos enquêtes, les raisons pour lesquelles les Asiatiques continuent à manger selon l'état de santé de chacun pourraient être : 1. Les médicaments (naturels ou chimiques) peuvent soigner, mais peuvent aussi être un poison s'ils sont mal utilisés. 2. Les produits chimiques coûtent cher et ne sont pas à la portée des gens pauvres. 3. Ils provoquent souvent des effets secondaires, nui-

sibles à la santé. 4. Surtout, selon la médecine traditionnelle chinoise, la meilleure façon de ne pas tomber malade est d'adopter une prévention quotidienne grâce à l'alimentation.

Ting Chih Hsieh

Ting Chih Hsieh est docteur ès lettres, anthropologue et sinologue, associée au Centre d'anthropologie de la Chine du Sud et de la péninsule indo-chinoise (1990-2000), CNRS. Elle est formatrice auprès des travailleurs sociaux.

À propos du glutamate de sodium (MSG) en Asie du Sud-Est

En septembre 2011, dans le BTS (*Bangkok Transit System*, le métro aérien) de Bangkok, une campagne de la société japonaise *Ajinomoto*, connue surtout en Thaïlande et en Asie du Sud-Est pour produire le glutamate de sodium, affichait le slogan *kin di mi suk* (bien manger, c'est le bonheur). C'était une adaptation de la devise même de la compagnie « Eat Well, Live Well ». Car la philosophie gastronomique locale attache traditionnellement plus d'importance au goût, à la saveur qu'à la qualité des ingrédients, à la valeur nutritive des mets voire à la propreté des établissements. Notons l'ambiguïté que traduit en langue thaïe l'expression *rot chat* qui a le sens de saveur, et surtout de saveur naturelle mais qui finit par avoir le sens de saveur prononcée sans référence à son origine, qui peut donc être une saveur renforcée de manière tout à fait artificielle.

Un cinquième goût ?

D'abord identifié en 1866 par un chimiste allemand, l'acide glutamique fut produit artificiellement en 1907 par le Dr Kikunae Ikeda, qui baptisa *umami* ce « goût délicieux », un cinquième goût selon le chercheur japonais (différent du sucré, du salé, de l'amer et de l'acide), qu'il avait notamment détecté dans les algues marines, mais présent naturellement dans de très nombreux aliments ; un mi sucré mi salé selon certains. Les cristaux qui furent commercialisés reçurent le nom de monoglutamate de sodium (ou glutamate monosodique).

Ikeda, considéré aujourd'hui comme un des dix plus grands inventeurs japonais, fonda la société Ajinomoto en 1925. Au Japon elle est connue de tous, mais commercialise de nombreux produits. Si la marque couvre 87% du marché local

du glutamate, elle a aussi une part importante du marché de la soupe en sachet, de la mayonnaise, des nouilles instantanées. En 1980, la société s'associa à Danone pour produire et commercialiser des yaourts au Japon. Elle vend également des vitamines et des médicaments.

En revanche, en Asie (et dans le reste du monde) Ajinomoto est devenu synonyme de glutamate de sodium ou MSG, abréviation à partir de l'anglais *monosodium glutamate*. Mes informatrices de Thaïlande (Thaïes et Chinoises) m'ont bien précisé que leur famille n'utilisait en aucune façon le glutamate. Mais les enquêtes donnent des résultats différents en Indonésie, par exemple, même si l'on y constate une moindre consommation en milieu urbain. Ce sont principalement les restaurants populaires et bon marché qui en font un usage immodéré. Les cuisiniers des *food-centers* et autres *food-courts* – populaires en Thaïlande depuis 1983-1984 – ont toujours parmi leurs ingrédients une grande boîte de glutamate dans laquelle ils puisent généreusement en particulier pour renforcer le goût des soupes et autres bouillons. Notons, en outre, que la défiance actuelle, n'était guère de mise il y a quelques décennies. Un recueil de recettes publié en 1969 par le groupe des journalistes femmes (de Thaïlande), et plusieurs fois republié par la suite, n'hésitait pas à ajouter le glutamate comme ingrédient pour les curry, les divers types de salades thaïes (*yam*) et lao-isan (*lap*).

Le « syndrome du restaurant chinois »

En 2005, un journaliste de *The Observer* nomma le « syndrome du restaurant chinois » « la peur alimentaire la plus durable au monde ». C'est dans une lettre à une revue médicale, en avril 1968, qu'un médecin sino-américain, le Dr Robert Ho-Man Kwok, mentionna les symptômes qu'il présentait régulièrement une ving-

taine de minutes après avoir pris des repas dans les restaurants chinois locaux : engourdissement ou brûlure derrière le cou, se répandant ensuite dans les bras ou la cage thoracique, associé à des palpitations et à un sentiment général d'épuisement. Dans les semaines qui suivirent, la même revue reçut de nombreux témoignages évoquant des symptômes similaires ainsi que d'autres : maux de tête, nausées, vomissements, transpiration... Les symptômes pouvaient durer plusieurs heures avant de s'atténuer et de disparaître. Les causes ne furent pas identifiées immédiatement ; certains évoquèrent même l'usage maladroit des baguettes de la part de convives occidentaux. Mais très vite il fut constaté que certains clients avaient développé une allergie au glutamate de sodium très largement utilisé pour renforcer et uniformiser les saveurs des soupes et autres mets de la cuisine chinoise et asiatique en général. Selon les études, entre 1 et 7 % de la population américaine serait susceptible de développer une telle allergie. Pourtant les nombreuses études scientifiques menées au fil des ans n'ont pas pu démontrer la réalité de ce syndrome, même si un repas contenant une trop grande concentration de MSG a pu déclencher des crises sérieuses chez certaines asthmatiques tout particulièrement. D'autres habitués de restaurants chinois ont fait des réactions du même type mais attribuées à la consommation de crevettes, de cacahuètes, de piments, d'épices... En fait, comme à l'accoutumée, de nombreuses études sont directement ou indirectement sponsorisées par les sociétés produisant le glutamate et même la puissante *Food and Drug Administration (FDA)* des États-Unis accepte que des produits contenant du glutamate soient dit « naturels » ou même « sans MSG ajouté ».

Même si, à l'origine de la « révélation » de ce syndrome, se trouve un immigrant chinois, certains ont pu parler du « mythe raciste du MSG », expliquant que l'on trouvait du glutamate dans

les autres cuisines, mais qu'il n'était nulle part question de « syndrome de la nourriture italienne » voire du « syndrome de la *steakhouse* américaine ». En fait, ce serait une forme détournée du mythe du Péril jaune : le « Chinois sournois et sale, opiomane et étrange » préparerait une cuisine malsaine (<http://seattlefreepress.org/2013/05/14/the-racist-myth-of-msg-and-chinese-restaurant-syndrome/>). D'autres ont pu insister sur le fait que la cuisine des chaînes américaines de fast-food contenait d'énormes quantités de MSG et ont produit une liste impressionnante des mets à éviter, toutes les sauces ou presque étant à proscrire, exactement comme dans la cuisine asiatique.

Selon certains, le MSG donnerait davantage d'appétit et pourrait avoir pour conséquence naturelle une certaine prise de poids ; mais les études réalisées à ce sujet, notamment aux Philippines et au Viêt-Nam, sont toutefois contradictoires.

Du Japon à l'Asie du Sud-Est

Mais la peur du MSG ne touche pas que les Occidentaux. Dès 1937, les Japonais avaient introduit le glutamate en Manchourie occupée. L'usine de la Shenyang Hongmei Food Coest est toujours très active ; elle couvre 30% des besoins chinois et exporte le glutamate dans le monde entier. Ajinomoto produit actuellement dans 28 pays, mais son premier marché pour le MSG reste l'ASEAN. Ajinomoto ouvrit en 1960, en Thaïlande, sa première usine en dehors du Japon. En 2013, la société a ouvert une seconde unité de production de MSG dans ce pays. Elle emploie désormais 7000 personnes en Thaïlande et pourra produire annuellement jusqu'à 200 000 tonnes de MSG. La première usine, à Samut Prakan, produira même principalement pour l'exportation vers les pays voisins. C'est le cinquième des ventes de la compagnie japonaise

qui se fait en Thaïlande. La demande locale pour le glutamate augmente de 4% par an, mais la concurrence chinoise et taiwanaise est forte d'autant que les prix proposés sont 10-15% plus bas. Car dès 1976, Ajinomoto avait trois concurrentes dont deux étaient des *joint-ventures* avec Taiwan. Elles ne produisaient pas que pour la consommation locale, puisqu'elles exportaient jusqu'aux États-Unis, en Argentine et en Allemagne.

Rares sont les pays qui ont interdit le MSG. Le Myanmar l'a fait puis est revenu par la suite sur cette interdiction. L'Union Européenne le considère comme un simple additif alimentaire, le E621.

Phongchurot ou simplement *ayinomoto* en thaï, *paeng nua* en lao, *vetsin* en filipino, *wei jing* en mandarin, *mei zing* en cantonais, MSG partout, c'est un des premiers mots que nombre de touristes veulent apprendre pour demander aux restaurateurs d'éviter d'en ajouter dans les plats commandés. Les restaurants prennent d'ailleurs souvent les devants et beaucoup placent bien en vue des panneaux prévenant « *no glutamate added* » ou « *mai sai phongchurot* » pour la langue thaïe. Mais la méfiance reste de mise. D'autant que les ouvrages de référence ont entériné l'idée que ce n'était plus les seuls restaurants chinois qui étaient concernés. L'entrée « glutamate » de l'édition de 2008 de l'encyclopédie Hachette se limite à indiquer : « sel de l'acide glutamique utilisé comme condiment, notamment dans la cuisine du Sud-Est asiatique ».

Jean Baffie

Sociologue de formation, Jean Baffie est chargé de recherche au CNRS. Ses thèmes d'étude privilégiés sont les villes de Thaïlande et les minorités urbaines. Il est directeur adjoint de l'IrAsia depuis 2012, après avoir été directeur de l'IRSEA (2004-2007) puis directeur de la Maison Asie-Pacifique (2008-2011).